

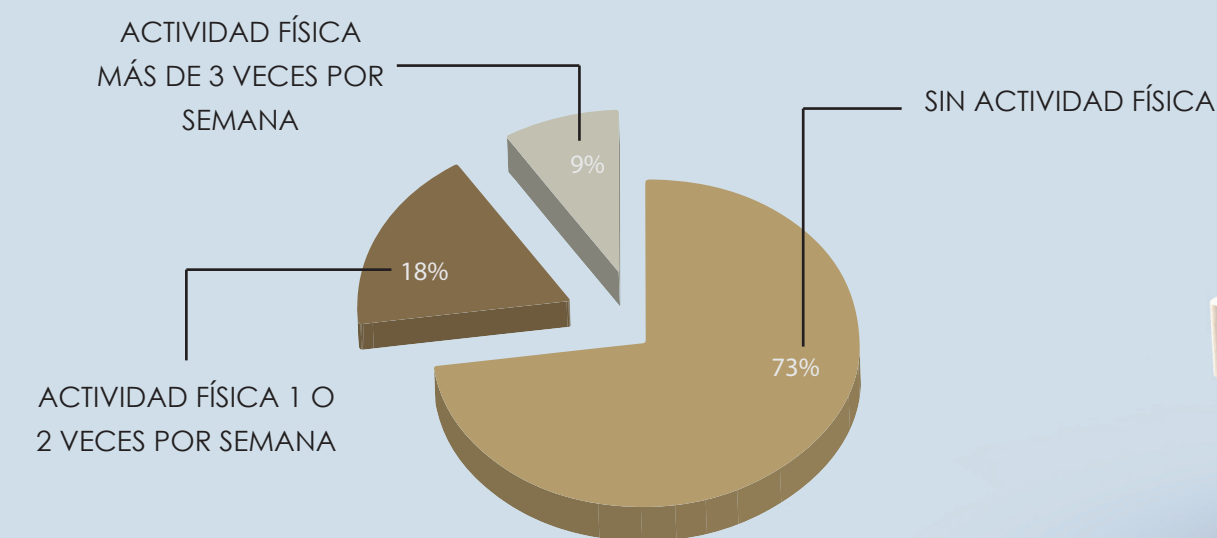
# ACTIVEHOME

## PROBLEMÁTICA ABORDADA

Las personas mayores deben limitar el tiempo que dedican a actividades sedentarias. Sustituir el tiempo sedentario por una actividad física de cualquier intensidad (incluso leve) se traduce en beneficios para la salud.

De acuerdo a los resultados de esta encuesta, un 39,8% de la población chilena mayor de 15 años tiene sobrepeso, 31,2% obesidad, y un 3,2% sufre obesidad mórbida. El sedentarismo es una causa importante de estas cifras, ya que un 86,7% de los chilenos no realiza actividad física.

Nuestro proyecto propone un elíptico de piernas de madera como solución para combatir el sedentarismo y fomentar la actividad física en el entorno doméstico. Su diseño ergonómico, la utilización de madera sostenible y los beneficios para la salud brindan un valor agregado a la propuesta. Con esta innovación, buscamos inspirar a las personas a adoptar un estilo de vida activo y saludable, al tiempo que valoramos y utilizamos de manera responsable los recursos naturales disponibles.



## CARACTERÍSTICAS DE USUARIO

**Adultos sedentario:** se recomiendan entre 150 y 300 minutos semanales de actividad física, de intensidad moderada. Luego de la pandemia, el trabajo en casa (homeoffice) se incentivó, y estos usuarios se volvieron sedentarios.

